

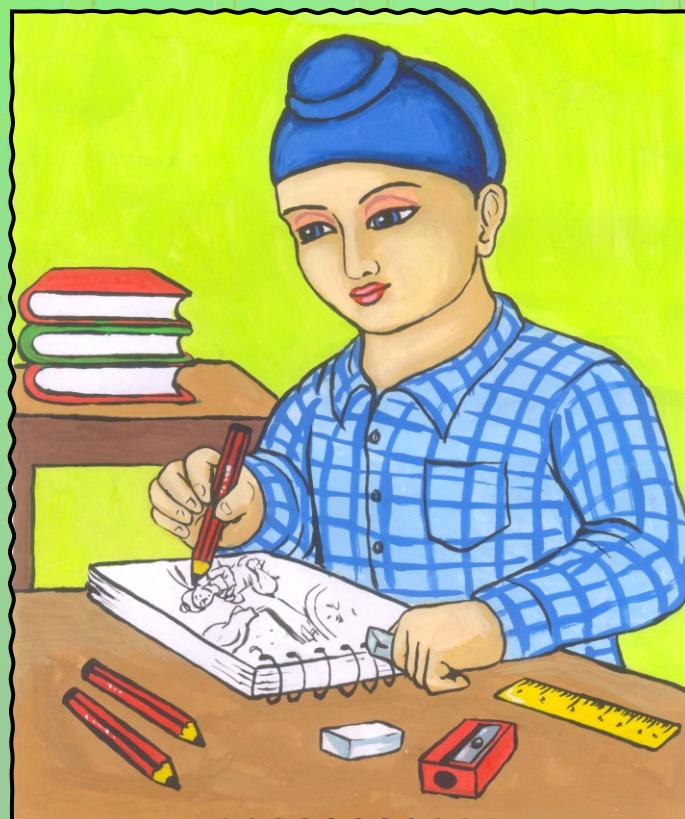
# ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਰਾਲ

ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ

(Living With Gurbani Practice Book-III)

ਚੌਥੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ

Class-IV



ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ



www.gssc.net

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ

## ਸੰਪਾਦਕ ਦੀ ਕਲਮ ਤੋਂ



ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ,

ਤੁਸੀਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਮਲਤਾ, ਨਿਰਵੈਰਤਾ, ਭੋਲਾਪਣ ਅਤੇ ਬੋਲਾਂ ਦੀ ਮਿਠਾਸ ਕਠੋਰ ਹਿਰਦਿਆਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਪਿਆਰ ਦੇ ਚਜ਼ਮੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚੰਚਲ ਹਰਕਤਾਂ ਭਾਵੇਂ ਕਈ ਵਾਰ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ਾਨ ਵੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਸਿੰਗਾਰ ਹੋ, ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਜਾਨ ਹੋ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਤਨੇ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਡ ਪਿਆਰ ਕਰਦਿਆਂ ਰੱਜਦੇ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਹਰ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ! ਸਾਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਤੀ ਸੁੰਦਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਜੇ ਅਸੀਂ ਪੱਕਾ ਦੋਸਤ ਬਣਾ ਲਈ ਅਤੇ ਹਰ ਕੰਮ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਕੇ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾ ਦੇਣਗੇ। ਸਵੇਰੇ ਉਠਦਿਆਂ ਸਾਰੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਦਿਆਂ, ਤਿਆਰ ਹੁੰਦਿਆਂ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਦਾ ਛਕਦਿਆਂ, ਸਕੂਲ ਜਾਂਦਿਆਂ, ਪੜ੍ਹਦਿਆਂ, ਖੇਡਦਿਆਂ, ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਤੇ ਫੇਰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਲੰਗਿਆਂ ਜਦੋਂ ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਜਾਣਾਂਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਸੱਚਮੁੱਚ ਸਾਡੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪ ਸਹਾਈ ਹੋਣਗੇ। ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਇਤਨੇ ਸੁੰਦਰ ਤੋਂ ਸੁੰਦਰ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਸਿੰਗਾਰ ਦੇਣਗੇ ਕਿ ਸਾਰੀ ਲੁਕਾਈ ਸਾਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰੇਗੀ।

ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿੱਤ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਯਾਦ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਲਈ ਅਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਵਰ੍਷ੇ ਬੀਬੀ ਸਤਨਾਮ ਕੌਰ ਜੀ ਕ੍ਰਿਤ ਪੁਸਤਕ 'Living with Gurbani' ਦੀ ਸੰਪਾਦਨਾ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਭੇਟ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਮੰਗ 'ਤੇ ਸਾਲ 2008 ਦੌਰਾਨ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਦੋ ਐਡੀਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰਨੇ ਪਏ ਅਤੇ

ਹੁਣ ਨਵੇਂ ਅਕਾਦਮਿਕ ਵਰ੍਷ੇ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸਕੂਲਾਂ ਨੇ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਸਿਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਜੋਂ ਚੁਲਿਆ ਹੈ। ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੀਆਂ ਅਭਿਆਸ ਕਾਪੀਆਂ ਦੀ ਮੰਗ 'ਤੇ ਅਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਦੂਸਰੀ, ਤੀਜੀ ਅਤੇ ਚੌਥੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ - ਸੁਲੇਖ ਮਾਲਾ (Living with Gurbani-Practice Book-I), ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ - ਰੰਗ ਮਾਲਾ (Living with Gurbani-Practice Book-II) ਅਤੇ ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ - ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ (Living with Gurbani-Practice Book-III) ਸੰਪਾਦਿਤ ਕਰਕੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ! ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਜਿਉਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਿਆਂ ਜਦੋਂ ਆਪ ਜੀ ਦੇ ਨੰਨ੍ਹੇ-ਨੰਨ੍ਹੇ ਕਦਮ ਵੱਡੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਮੰਜ਼ਲਾਂ ਫਤਹਿ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਣਗੇ ਤਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਬਿਤਾਇਆ ਆਪ ਜੀ ਦੇ ਬਚਪਨ ਦਾ ਹਰ ਪਲ ਆਪ ਜੀ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨੂੰ ਚਾਰ ਚੰਨ ਲਗਾਏਗਾ। ਸਾਰੀ ਲੁਕਾਈ ਆਪ ਜੀ ਦੇ ਸੁਹੇਲੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਮਹਿਕ ਨਾਲ ਖਿੜ ਕੇ ਸੁਚੜੀ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਬੇਤਾਬ ਹੋ ਉਠੇਗੀ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਧੰਨ ਹੋ ਜਾਓਗੇ।

ਡਾ. ਹੋਮੀਂਝੁਲੂ ਜੀ

# ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਹਾਲ

## (Living With Gurbani)

### ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਸਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਜੋਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਵਿਧੀ

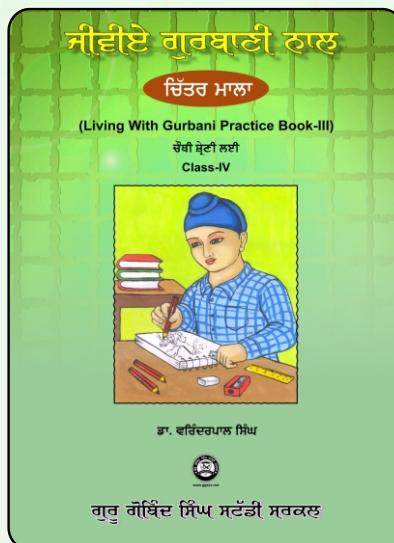
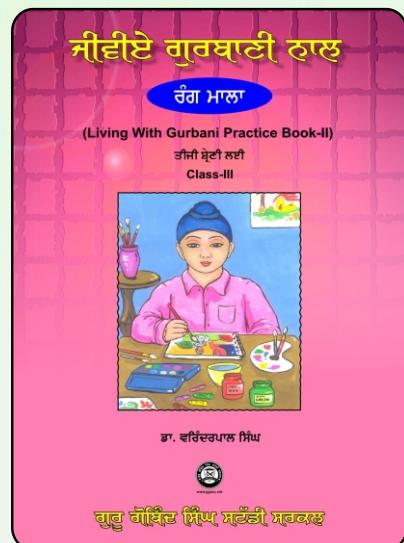
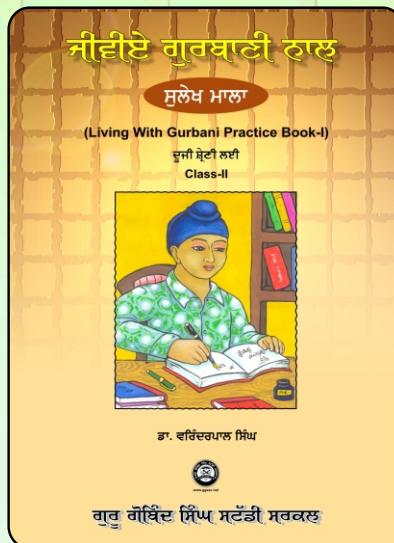
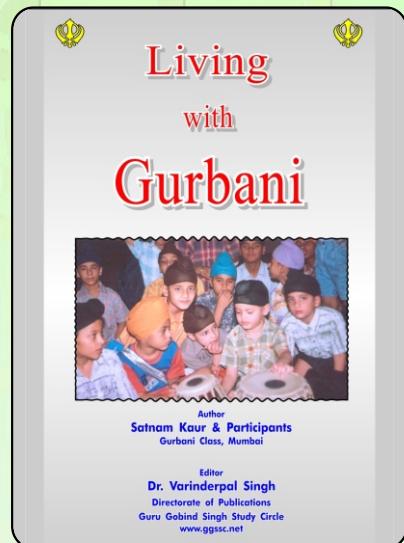
Living with Gurbani ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਕੇ.ਜੀ. ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੋਂ ਚੌਥੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੱਕ ਸਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਬੌਚਿਆਂ ਦੇ ਮੰਨੇਰੰਜਨ ਰਾਹੀਂ ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ, ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਰੰਗ ਮਾਲਾ ਅਤੇ ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਸਲੇਬਸ ਦੀ ਵੰਡ ਹਲਕੀ-ਫੁਲਕੀ ਰੱਖਦਿਆਂ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਬੌਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਭਾਰ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਹ ਹੱਸਦਿਆਂ, ਖੇਡਦਿਆਂ, ਲਿਖਦਿਆਂ, ਰੰਗ ਤਰਦਿਆਂ ਅਤੇ ਚਿੱਤਰਦਿਆਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰੀ ਬਨਾਉਣ ਦੀ ਜਾਚ ਸਿੱਖ ਸਕਣ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਲਈ ਪੁਸਤਕ ਵਰਤਣ ਦੀ ਵਿਧੀ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰਿਤ ਵੇਰਵਾ ਹੇਠਾਂ ਅੰਕਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਸਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਬੌਚਿਆਂ ਕੇਲੋਂ ਇਸ ਵਿਚਲੇ ਚਿੱਤਰਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਪੇਸਟਰ ਬਣਾ ਕੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਇਮਾਰਤ ਸਿੱਗਾਰਨ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸ਼੍ਰੇਣੀ	ਉਮਰ	ਸਲੇਬਸ
ਕੇ.ਜੀ.	5+	<ul style="list-style-type: none"><li>ਪਹਿਲੇ 12 ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬੋਲਣਾ ਸਿਖਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਤ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰਨੀ।</li></ul>
ਪਹਿਲੀ	6+	<ul style="list-style-type: none"><li>ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬੋਲਣਾ ਸਿਖਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਤ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰਨੀ।</li><li>ਕਲਾਸ ਮੰਚ ਉਪਰ ਬੌਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਪਰੋਕਤ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਬੋਲਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਉਣਾ।</li></ul>
ਦੂਜੀ	7+	<ul style="list-style-type: none"><li>ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਬੌਚਿਆਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਨਿਖੜਵਾਂ ਅੰਗ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚਲੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਪਨਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨੀ।</li><li>ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਸੁਲੇਖ ਮਾਲਾ ਉਪਰ ਸੁੰਦਰ ਲਿਖਾਈ ਵਿੱਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਉਣਾ।</li></ul>
ਤੀਜੀ	8+	<ul style="list-style-type: none"><li>ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਬੌਚਿਆਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਨਿਖੜਵਾਂ ਅੰਗ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚਲੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਪਨਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨੀ।</li><li>ਸਕੂਲ ਮੰਚ ਉਪਰ ਬੌਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚਲੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਬੋਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਉਣਾ।</li><li>ਜੀਵੀਏ-ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਰੰਗ ਮਾਲਾ ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਈਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗਾਂ ਨਾਲ ਸਜਾਉਣਾ।</li><li>Living with Gurbani ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਪਹਿਲੇ 12 ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ, ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਣਾ।</li></ul>
ਚੌਥੀ	9+	<ul style="list-style-type: none"><li>ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਬੌਚਿਆਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਨਿਖੜਵਾਂ ਅੰਗ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚਲੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਪਨਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨੀ।</li><li>ਸਕੂਲ ਮੰਚ ਉਪਰ ਬੌਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚਲੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਬੋਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਉਣਾ।</li><li>ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਏ ਚਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਪੈਨਸਲ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਪੈਨਸਲ ਨਾਲ ਹੀ ਸਿੱਗਾਰਨ। ਚਿੱਤਰਾਂ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਬੰਧਤ ਵਿਸ਼ੇ ਦਾ ਅਰਥ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਕੁੱਝ ਸਤਰਾਂ ਲਿਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਉਣਾ।</li><li>Living with Gurbani ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ, ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਣਾ।</li></ul>

# ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ

(Living With Gurbani)

ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਘਰ-ਘਰ ਦਾ ਸਿੱਗਾਰ ਬਣਾਉ



ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਰਬਪੱਧੀ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਚਾਹੀਦਾਂ ਵਿਚਾਰ ਵਿਚਾਰ ਸੰਸਥਾਵਾਂ 'ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ (Living With Gurbani)' ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਸਿਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਜੋਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਨੈਤਿਕ, ਬੌਧਿਕ ਅਤੇ ਸਭਿਆਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਵਜੋਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਵਿਧੀ ਅੰਦਰਲੇ ਟਾਈਟਲ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਪੜ੍ਹੋ ਜੀ।

ਪ੍ਰਜੈਕਟ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਬਾਲ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨਜ਼  
ਮਲਟੀਮੀਡੀਆ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨ ਡਾਇਰੈਕਟਰੇਟ

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ

ਮਾਡਲ ਟਾਊਨ ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ, ਲੁਧਿਆਣਾ ਫੋਨ : 0161-2450352

# ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਹਾਲ

ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ

(Living With Gurbani Practice Book-III)

ਚੌਥੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ

Class-IV

ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ

ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਬਾਲ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨਜ਼



www.ggssc.net

ਬਾਲ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨਜ਼

ਮਲਟੀਮੀਡੀਆ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨ ਡਾਇਰੈਕਟੋਰੇਟ

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੰਡੀ ਸਰਕਲ

ਮਾਡਲ ਟਾਊਨ ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ, ਲੁਧਿਆਣਾ ਫੋਨ : 0161-2450352

ਸਮਰਪਣ



ਨੰਨੇ ਨੰਨੇ ਬਾਲਾਂ ਨੂੰ ਜਿਹੜੇ 'ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ' ਦਾ  
ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਿਆਂ ਧੰਨ ਹੋ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ  
ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਵੀ ਮਹਿਕਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ।



**JEEVIYE GURBANI NAAL - CHITTAR MALA**

**Dr. Varinderpal Singh**

First Edition - April 2009

Practice Book-III

for

**Living With Gurbani**

**Author :** Satnam Kaur Mumbai & Participants of Gurbani Class, Mumbai

**Editor :** Dr. Varinderpal Singh

**E-mail :** singhvp72@gmail.com

**Mobile :** +91 98882-77222

**Published by :**

Bal Productions

**Directorate of Multimedia Productions**

**Guru Gobind Singh Study Circle**

Model Town Extension, Ludhiana-141 002

Ph : 0161-2450352, 98884-66672

Rs. 40/-

E-mail : info@gssc.net

Website : www.gssc.net

## **ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਮਨੋਰਥ**

# **ਬਾਲ ਸਾਹਿਤ ਦੀ ਸੁਗਾਇਓ !**

ਸਭਿਆਤਾਵਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰ ਲਈਏ ਤੇ ਜਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਦੇਖੀਏ, ਸਿੱਟਾ ਇਹੋ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼, ਸਮਾਜ, ਧਰਮ ਜਾਂ ਕੈਮ-ਵਰਗ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਬੌਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣਾ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚੇ ਹੀ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਹੀ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਵਾਗਡੇਰ ਸੰਭਾਲਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ ਬੌਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਗੁਰਮਤਿ ਕਿਆਰੀਆਂ, ਨੈਤਿਕ ਸਿਖਲਾਈ ਕੈਪਾਂ, ਯੁਵਕ ਮੇਲਿਆਂ, ਨੈਤਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਇਮਤਿਹਾਨਾਂ ਅਤੇ ਬੌਚਿਆਂ ਦੀ ਰਚੀ ਅਨਸਾਰ ਸਾਹਿਤਕ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੁਆਰਾ, ਪਿਛਲੇ 37 ਵਰ੍਷ਾਂ ਤੋਂ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਹੈ। ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ ਇਕ ਚੇਤਨਾ-ਪ੍ਰਵਾਹ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਵਿਰਸੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਵੀਹੋ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਸਾਰੂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਤੇ ਸਾਂਝੀਵਾਲਤਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਜੀਵਨ-ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਘੜੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਉਪਰੋਕਤ ਉਦਮਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਤਹਿਤ Living With Gurbani (ਸਚਿੱਤਰ) ਪੁਸਤਕ 2008 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਪਹਿਲੇ ਹੀ ਸਾਲ ਇਸ ਦੇ ਦੋ ਐਡੀਸ਼ਨ ਹੱਥੋਂ ਹੱਥ ਵਿਕ ਗਏ। ਇਸ ਵਰ੍ਤੇ ਕਈ ਵਿਦਿਆਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੇ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਪਾਠਕਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਰਣ ਲਿਆ ਹੈ।

ਬਾਲ-ਸਾਹਿਤ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਸਮਝਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਇਸੇ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਵਿਚਾਰ-ਚਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਪਸਾਰ ਦੇਂਦੇ ਹੋਏ ਤਿੰਨ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦਾ ਸੰਪਾਦਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਦੂਸਰੀ, ਤੀਜੀ ਅਤੇ ਚੌਥੀ ਦੀਆਂ ਜਮਾਤਾਂ ਲਈ ਹਨ।

ਹੱਥਲੀ ਪੁਸਤਕ 'ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ' ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਬੌਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਿਥੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਚਿੱਤਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਦਰਸਾਉਣ ਦੀ ਕਲਾ ਦੀ ਸੋਝੀ ਆਵੇਰੀ ਉਥੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਚਿੱਤਰ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰੀ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਦਾ ਗਿਆਨ ਵੀ ਹੋਣ ਲੱਗੇਗਾ। ਹਰ ਚਿੱਤਰ ਨਾਲ ਦਿੱਤੇ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਉਪਰ ਸਬੰਧਤ ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਕੁੱਝ ਸਤਰਾਂ ਲਿਖਣ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਬੌਚਿਆਂ ਦੀ ਲਿਖਣ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਲਮਬੰਦ ਕਰਨ ਦੇ ਸਫਰ ਦਾ ਪ੍ਰਾਰੰਭ ਉਸਾਰੂ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ ਦੇ ਮਲਟੀਮੀਡੀਆ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਬਾਲ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨ ਯੂਨਿਟ ਵਲੋਂ ਇਹ ਪੁਸਤਕ 'ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ' ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਛਾਪੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਅਸ ਹੈ ਸੁਹਿਰਦ ਪਾਠਕ, ਪਹਿਲੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਪਿਆਰ ਦੇਂਦੇ ਹੋਏ, ਸਾਡੇ ਇਸ ਨਿਮਾਣੇ ਜਿਹੇ ਉਪਰਾਲੇ ਨੂੰ ਨਿਵਾਜਣਗੇ।'

**'ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ'**

- ਇੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ

ਚੀਫ ਸਕਤਰ

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ

ਦੇ ਸ਼ਬਦ

## ਆਕਾਰ ਵਿੱਚ ਨਿਰਾਕਾਰ

ਹਰ ਜੀਅ ਅਤੇ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਸਾਡੇ ਆਸ ਪਾਸ ਹੈ, ਸਾਡੇ ਉਪਰ ਇਕ ਅਦਿਖ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਪਰ ਅਕਸਰ ਓਪਰੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਅਪ੍ਰਤੀਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੀ ਸੋਚ ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਚੇਤ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਹਥਲੀਪੁਸਤਕ ਇਸ ਪ੍ਰਥਾਏ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਉਦਮ ਹੈ।

ਅੱਖਾਂ ਮੁੰਦ ਕੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਲੇਟਦਿਆਂ ਸਾਨੂੰ ਰੱਬ ਦੀ ਗੋਦ ਦਾ ਆਨੰਦਮਈ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੱਬ ਦੀ ਗੋਦ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨੈਣ ਖੋਲਦਿਆਂ ਜ਼ਮੀਨੀਘਾਹ ਦੇ ਪੌਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਤਿ ਦੇ ਖੂਬਸੂਰਤ ਰੰਗਦਾਰ ਫੁੱਲ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਕੁਦਰਤੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਦਾ ਖੂਬਸੂਰਤ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਫੁੰਘੀ ਸੋਚ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਜਗਤ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਖੋਜੀਆਂ ਨੇ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀਕ ਆਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਾਚ ਕੇ ਆਪਣੀ ਸੁਚੇਤ ਸੋਚ ਸਦਕਾ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਢਾਂ ਕੱਢ ਕੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਸਿੱਕੇ ਦੇ ਦੋ ਪਾਸਿਆਂ ਵਾਂਗੂੰ ਸਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਹਰ ਵਸਤੂ/ਪ੍ਰਾਣੀ ਸਾਨੂੰ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ : ਇਕ ਚੰਗੀ ਅਤੇ ਇਕ ਮਾੜੀ। ਅਸਲ ਨਿਰਭਰ ਤਾਂ ਸੋਚ-ਸ਼ੈਲੀ 'ਤੇ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ! ਓਹੀ ਵਸਤੂ, ਓਹੀ ਤਸਵੀਰ ਇਕ ਨੂੰ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਪਰਮਾਰਥ ਦੀ, ਇਕ ਨੂੰ ਧਨ ਦੀ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਧਰਮ ਦੀ, ਇਕ ਨੂੰ ਈਹਾਂ ਦੀ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਉਹਾਂ ਦੀ, ਇਕ ਨੂੰ ਅੰਜਨ (ਮਾਇਆ) ਦੀ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਨਿਰੰਜਨ (ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ ਰਹਿਣ) ਦੀ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੇਵਲ ਤੇ ਕੇਵਲ ਚੰਗੀਪ੍ਰੇਰਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸੋਚ-ਸ਼ੈਲੀ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰੱਖੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਧੇਰੇ ਅਸਰਦਾਇਕ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜਦੋਂ ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਆਕਾਰ ਰਹਿਤ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਪੰਨਿਆਂ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਉਦਮ ਨਾਲ ਆਕਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣਗੇ ਤਾਂ ਨਿਰਾਕਾਰ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੇ ਆਕਾਰਾਂ ਦੇ ਗੁੱਝੇ ਭੇਦ ਦੀ ਸੁਤੇ ਸਿਧ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਹੋਰ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਸੇ ਕਿਤਾਬ ਰਾਹੀਂ ਉਦੋਂ ਇਹ ਹੀ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕੇਗਾ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਆਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇਉਂ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੇ ਆਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਦਰਜ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਪ੍ਰਥਾਏ ਡਾ: ਵਾਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਹੋਰਾਂ ਦਾ ਇਹ ਉਦਮ ਪ੍ਰਸੰਸਾਰੋਗ ਹੈ।

ਕੱਲ੍ਹ ਦੇ ਸੂਝਵਾਨ ਅਤੇ ਸਿਆਣੇ ਬਸਿੰਦੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਢੂਰ-ਅੰਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪਾਠਕਰਮ ਵਿੱਚ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਡਾ. ਚਰਨ ਕਮਲ ਸਿੰਘ  
ਡਿਪਟੀ ਚੀਫ ਆਰਗੋਨਾਈਜ਼ਰ  
ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ

# ਪਾਠ ਸੂਚੀ

ਸਵੇਰੇ ਉੱਠਦੇ ਸਾਰ	6
ਇਸ਼ਨਾਨ ਸਮੇਂ	8
ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਸਮੇਂ	10
ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਜਾਣ ਸਮੇਂ	12
ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਸਮੇਂ	14
ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਸਮੇਂ	16
ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਸਮੇਂ	18
ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	20
ਦੂਸਰੇ ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਵਰਤਣ ਸਮੇਂ	22
ਇਕ ਢੂਜੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਸਮੇਂ	24
ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰੇ	26
ਪਸੂ-ਪੰਡੀਆਂ 'ਤੇ ਦਿਇਆ	28
ਕੀਰਤਨ ਸਮੇਂ	30
ਪਾਠ ਕਰਨ ਦਾ ਮਨ ਨਾ ਕਰੇ	32
ਸੇਵਾ ਦੇ ਸਮੇਂ	34
ਸੰਸਾਰਕ ਤਮਾਸੇ ਦੇਖਣ ਸਮੇਂ	36
ਟੋਪੀ ਨਹੀਂ ਦਸਤਾਰ ਸਜਾ	38
ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫ ਸਮੇਂ	40
ਖੇਡਣ ਸਮੇਂ	42
ਕੁਦਰਤੀ ਨਜ਼ਾਰੇ ਦੇਖਣ ਸਮੇਂ	44
ਐੱਗਤ ਦੀ ਬਰਾਬਰੀ	46
ਦੇਖਿ ਪਰਾਈਆਂ ਚੰਗੀਆਂ	48
ਜਨਮ ਦਿਨ ਸਮੇਂ	50
ਵਿਆਹ ਸ਼ਾਦੀ ਸਮੇਂ	52
ਸਗਲ ਸੰਗਿਆ ਹਮ ਕਉ ਬਨਿ ਆਈ	54
ਭਰੋਸਾ-ਇਕ ਅਕਾਲ 'ਤੇ	56
ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਸਮੇਂ	58